

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (tomàquet i orenga) CROQUETES DE L'ÀVIA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ECO AMB TOMÀQUET I PASTANAGA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	MONGETA VERDA AMB PATATA SALTADA AMB SOFREGIT I BACÓ LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives) CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
16	17	18	19	20
PURÉ DE CARBASSÓ ECOLÒGIC AMB CROSTONS CASOLANS PAELLA MARINERA FRUITA DEL TEMPS	EMPEDRAT DE CIGRONS O CIGRONS SALTATS PINXOS DE POLLASTRE ADOBATS CASOLANS AMB AMANIDA (enciam i cogombre) FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU AMB PASTA MANDONGUILLES DE PEIX A LA JARDINERA (pèsols i pastanaga) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT	AMANIDA RUSSA RODÓ DE GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES I ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
23	24	25	26	27
AMANIDA DE PASTA ECOLÒGICA SUQUET DE PEIX FRUITA DEL TEMPS	FESTIU	ARRÒS A LA CASSOLA AMB HORTALISSES ECO TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I POMA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES AMB SAMFAINA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT AMB FRUITA NATURAL	BRÓCOLI AMB PATATA PIZZA CASOLANA DE TONYINA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS
30				
CREMA DE LLEGUMS FIDEUÀ DE LA CASA FRUITA DEL TEMPS				

Es servirà pa integral. Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Ús de sal lodada per cuinar.
 Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.




**Un cop al mes,
unes postres casolanes**

Sabies que...?



La Poma es una fruita de temporada quasi tot l'any. Hi ha més de 7,500 varietats de poma i la forma de ser menjades son moltíssimes: fresca com a postra, en amanides, purés, salses, postres, pastissos, melmelades, compotes o rostides al forn. Les pomes estan fetes d'un 25% d'aire, per això poden flotar sobre l'aigua!

 @comacasa.menjadorscolars

 www.comacasamenjadors.cat